

<<工作再苦也要笑一笑>>

图书基本信息

书名：<<工作再苦也要笑一笑>>

13位ISBN编号：9787802137578

10位ISBN编号：7802137578

出版时间：2009-10

出版时间：叶舟 海潮出版社 (2009-10出版)

作者：叶舟

页数：210

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## <<工作再苦也要笑一笑>>

### 前言

人生在世，每个人都需要工作，都需要奋斗；在现实生活中，每个人都渴望成功。

然而，在我们不断地追寻的过程中，会不断地遭受挫折，让我们痛苦不堪。

最早就职于一家大型的军工企业当学徒的张先生现年35岁，是高级电工，后又积极进修某高校的机电一体化专业，逐步升到了电器管理人员职位，先后参与一些大型电器项目的调试安装。

本以为可以在单位的岗位上终结自己的职业生涯，但日益加剧的市场竞争，使得企业效益一天不如一天，最终解散了。

从单位人到社会人的转变让张先生感受到市场竞争的残酷，历经多次面试都未曾找到电气工程师岗位。

张先生最后决定放弃该类岗位，转而寻找销售职位。

但是张先生不善于言辞，对销售一窍不通，结果半年才接了一张订单。

最终张先生又回到了就业市场之中，再次感受着竞争的残酷和转型的“阵痛”。

人在江湖飘，可谓世事难料。

无论是新入职场的菜鸟还是纵横江湖的“老手”难免会经历各种各样的麻烦、挫折、打击和别的一切不利因素，我们称之为“阵痛”。

这是职场人挥之不去的麻烦。

总结起来无外乎以下几种类型。

## <<工作再苦也要笑一笑>>

### 内容概要

《工作再苦也要笑一笑（最新实用版）》是一本让你从心理走向成熟和强大的读物。如果你能够笑看职场风云，笑对人际纷争，那么你不仅能够做到真正的超然物外，而且还能获得意想不到的成功。

本书总结了让职场人士感觉痛苦的八个来源。

并分别给出了解决的方案和正确应对的方法：职业规划缺失带来的痛苦、求职技巧匮乏带来的痛苦、职场经验不足带来的痛苦、薪酬待遇不如意带来的痛苦、不善于应对人际关系带来的痛苦、职场“过劳”带来的痛苦、跳槽转型带来的痛苦、维护工作权利带来的痛苦。

《工作再苦也要笑一笑（最新实用版）》认为，所有痛苦归根到底是因为能力的缺失，不管是职场规划能力、平衡心态能力、人际沟通能力，还是个人专业能力，所以，从源头讲，“痛”的解脱之道只有一个：让自己更强。

阅读本书，巧妙实用的方法一定会让您有“山重水复疑无路，柳暗花明又一村”的感觉。

跨越“瓶颈”，就是职场坦途。

## &lt;&lt;工作再苦也要笑一笑&gt;&gt;

## 书籍目录

序言 / 1迷茫之苦——究竟什么样的工作才适合我? / 1“风物长宜放眼量” / 1职业规划最好从高中就开始 / 3究竟为谁工作 / 5三心二意终迷茫 / 8成功就在你胜任愉快的地方 / 10简历之苦——到底面试官相中什么样的简历 / 13简历为何见光就死 / 13让你的简历更抢眼 / 16简历的创意何在 / 18面试之苦——那曾经不堪回首的青涩 / 22面试前的备战——武装到心脏 / 22亮出一个精彩的自己 / 25常见疑难问题要有效回答 / 28面试中说话出彩有绝招 / 31面试：别败在职业修养上 / 34新人之苦——为什么那个菜鸟总是我 / 36你是一只菜鸟吗 / 36丢掉你的菜鸟帽 / 38别急着对小公司失望 / 40升迁之苦——是什么挡住了你的升迁之路 / 42莫做一条默默耕耘的“牛” / 42争取汇报成绩的机会 / 44关键时刻要能表现自己 / 46把“吃亏”变成福 / 49薪水之苦——为何遭遇同职不同薪的尴尬 / 51用真实业绩换取报酬 / 51努力十二分。

报酬打八折 / 53和老板谈工资的技巧 / 55不要有“少劳多得”的想法 / 57当得之利敢于争 / 58健康之苦——成功，一定要牺牲健康吗? / 61挣钱，不要以健康为代价 / 61写字楼里的健身操 / 63电脑使用的健康细节 / 66拒绝亚健康的侵扰 / 67给上班族的休闲建议 / 70心态之苦——会控制心态才是优秀员工 / 73挨骂的时候先别激动 / 73与其抱怨，不如脚踏实地 / 75出现矛盾时要主动 / 77别让嫉妒害了你 / 79忙碌之苦——慢一步并不一定是坏事 / 81职场奋斗缘何越忙越“穷” / 81轻重缓急，要事第一 / 83利用时间的边角材料 / 84学会休耕，给自己放个大假 / 86人缘之苦——没有好人缘，职场路不稳 / 88不同的人要区别对待 / 88拒绝有方，不得罪人 / 90同事朋友，把握分寸 / 93让“敌人”成为朋友 / 94压力之苦——放下才是快乐 / 98有一点压力也不错 / 98把压力转化为动力 / 100用音乐舒缓压力 / 102自我放松，压力无影踪 / 105习惯之苦——习惯决定你的职场命运 / 107迟到早退要不得 / 107上司布置任务时要细心倾听 / 109应付工作是对自己不负责任 / 111莫在办公室里乱开玩笑 / 113看见领导千万别绕着走 / 114形象之苦——形象决不是小问题 / 117穿着得体可提升你的印象分 / 117下班后整理办公环境 / 119不要比老板更像老板 / 120每位员工都是企业形象的代言人 / 122内外同一才是真正好形象 / 125个性之苦——职场上最不受欢迎的性格 / 128自负只能证明自己的浅薄 / 128忍气吞声不是长久之计 / 130抛弃怀才不遇的狭隘 / 132威信之苦——真正的威信从哪里来 / 135自律的人受大家推崇 / 135勇于为失败承担责任 / 137命令不能让下属打折扣 / 139与下属保持适当的距离 / 142打造一个叫得响的个人品牌 / 144位置之苦——摆正位置才能走好路子 / 147不可冒犯上司的尊严 / 147在职责范围内行事 / 149小心越级汇报的雷区 / 151.....

## <<工作再苦也要笑一笑>>

### 章节摘录

阿玲的经历是一个较为普遍的现象。

好好的一份工作总是做不长久。

一年换四五份工作成了一种普遍现象。

这个社会就是这么奇怪，有人害怕失业。

也有人主动失业，尤其是一些年轻人，动不动就起了跳槽的念头。

而且多半是因为一些工作上的小情绪。

他们认为年轻就是本钱，有学历有干劲，到哪里找不到一份工作。

可是他们一定没有想过，再过个五年以后看看其他同学和朋友，凡是那些坚持在一个公司工作了几年的人个个升职加薪，而他们在换工作的时候把自己的青春和精力全部浪费了，始终是从基层开始，升职加薪根本不敢想象，而且履历表上复杂的工作经历更让面试官反感。

没有哪一个公司愿意录用那些不专心工作的人，因为人员的流动比例影响着公司的运营发展。

据说一些外资企业对于一些高级技术和管理人才的聘用合同一签便是五年，在合同期内离职要赔付高出年薪数倍的违约金。

成功与三心二意的人无缘，一旦你投入全部的专心，把你的职业当成毕生的事业来做，就会发现，事业是你最好的滋补品，最好的化妆品和最亲密的恋人。

将你的职业当成一门事业来做的时候，它的荣誉感和使命感会立即将你工作中的一切不如意一扫而空。

工作越干越有劲，人越活越年轻，道路越走越宽广，生活越来越美好。

我身边有很多人把工作仅仅当成一门养家糊口的、不得不从事的差事，谈不上什么荣誉感和使命感，甚至有很多人认为，我出力，老板出钱，等价交换，谁也不欠谁的，谁也不用过分认真，于是在工作中，只想做企业的老人，而不是做企业的功臣。

他们没有一丝创新的热情，而是像老牛拉磨一样，懒懒散散，不求有功，但求无过。

## <<工作再苦也要笑一笑>>

### 编辑推荐

《工作再苦也要笑一笑(最新实用版)》：感谢折磨你的人！

感谢折磨你的事！

请勇敢面对工作，就算再苦，也要笑一笑！

职场必读的强心方案微笑是一种态度，微笑是一种能力。

当你笑对工作中的各种烦恼和痛苦时，你会变得日益成熟，日益睿智！

从痛苦中解脱出来的根本性方法只有一个。

让自己更强！

<<工作再苦也要笑一笑>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>